

Poniedziałek 14-10-2019

Wtorek 15-10-2019

Środa 16-10-2019

Czwartek 17-10-2019

Piątek 18-10-2019

Zupy

Pomidorowa z makaronem

Zupa selerowa z carpaccio z kalafiora (veg)

Zupa minestrone z kluseczkami kładzionymi (veg)

Zupa krem z groszku i jarmużu z grzankami (veg)

Barszcz ukraiński (veg)

Żur na domowym zakwasie

Barszcz biały a la fasolówka

Meksykańska

Aromatyczna Zupa majjska z czerwoną papryką i kurczakiem

rajska zupa z trawą cytrynową, warzywami i makaronem wyciurym (veg)

Mięsa

Kurczak w pikantnej panierce

Schab w panierce ziemniaczanej

Kurczak z orzechami i sezamem

Schab z fasolką szparagową

Filet panierowany

Wieprzowina po meksykańsku

Curry z kurczakiem, batatami, kolorową papryką i brokułem

Cukinia faszerowana mięsem mielonym

Świeżonka z szynki wieprzowej

Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym

Shoarma drobiowa ze szpinakiem

Kurczak "Cacciatore"

Zraz wieprzowy w sosie grzybowym

Noga z kurczaka w sosie curry

Wątróbka drobiowa z cebulą i pieczarkami

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Orientalny makaron z kurczakiem

Orientalna wieprzowina z trawą cytrynową

Orientalny kurczak z miodem i orzechami

Wieprzowina z grzybami mun

Makaron ryżowy z indykiem po tajsku z ostrą papryczką i

Danie na rozgrzanie

Roladki drobiowe ze szpinakiem i papryką

Karkówka w sosie pieczeniowo pomidorowym

Jednodaniowy rozgrzewający indyk

Filet zawijany z boczkiem w sosie śmietanowym z warzywami

Karkóweczka z marchewką w miodzie i sezamem

Ryba

Miruna zapiekana z pomidorem i zielonym

Tilapia po parysku a`la bruschetta

Kotlet mielony z ryby

Ryba po grecku

Morszczuk z cukinią i pomidorem zapieczony serem



Vegan

Aloo gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg)

Batat faszerowany warzywami (vegan)

Falafel z jarmużem i jalapenio

Wegetariański kociótek z fasolą, soczewicą i warzywami (veg)

Leczo po węgiersku (vegan)



Vegetarian

Kremowy ryż z pieczarkami, zielonym groszkiem i natką pietruszki (veg)

Kotletiki ziemniaczane

Wege burger z serem panierowanym i warzywami (veg)

Gnochi w sosie grzybowym

Kotletiki brokułowe panierowane w sezamie

Słodko

Racuchy z cynamonem

Naleśniki z serem i jeżynami

Naleśniki z nutellą i bananem

Naleśniki z serem i truskawkami

Naleśniki z serem i pomarańczą

Warzywa

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Fasolka szparagowa mix

Brokuł i kalafior z bułką tartą

Młoda marchewka z prażonymi orzechami

Duet marchewkowy z bułką tartą i siemieniem lnianym

Kapusta zasmażana

Buraczki na ciepło

Kapusta młoda zasmażana

Mieszanka warzyw na parze

Brokuły ze słonecznikiem

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ze szpinakiem

Pierogi z pieczarkami i ziemniakami

Pierogi zbójnickie zasmażane

Pierogi ruskie

Dodatki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ryż

Ryż z warzywami

Ryż z pieczarkami

Ryż

Ryż

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Kasza gryczana z cebulą

Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką

Kasza gryczana z cebulą

Kasza kuskus z warzywami

Kasza pęczak

Surówki

Surówka z białej kapusty z papryką

Coleślaw z białej kapusty

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka indyjska (biała kapusta, orzeszki ziemne, marchewka)

Surówka z białej kapusty z chrzanem

Surówka z kapusty pekińskiej, kalarepy, czerwonej cebuli i papryki

Surówka z selera na ostro

Jesienna surówka z dyni i jabłka

Surówka z kiszonych ogórków

Surówka z marchewki i cukini z rodzynkami

Ogórek kiszony, papryka kolorowa i cebula

Surówka z porem i rzodkiewką

Orientalna surówka z marchwi i ogórka z sezamem

Salata mix z kolorową papryką

Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem

Surówka z marchewki z rodzynkami

Mizeria ze śmietaną

Surówka z rzodkiewki, marchewki i kukurudzy

Surówka z selera, jabłka i ogórka z jogurtem

Surówka z pomidorów i papryki zielonej

Salatki

Salatka zorrba (kapusta pekińska, oliwki czarne)

Pomidory z cebulką

Salatka grecka ucza (Pomidor, papryka, ogórek, czerwona cebula, ser typu feta)

Salatka z serem typu feta

Salatka z kaszą bulgur, cieciorą, jarmużem, papryką, i kukurydzą

Surówka z marchewki, jabłka i buraka

Salatka z roszponki i cykorii

Salatka owocowa

Salatka z winną gruszką

Salatka szefa z kurczakiem i grzankami

Salatka z pomidora i brokuła z sosem

Salatka ze smażoną wieprzowiną, granatem i awokado

Salatka z grillowanym kurczakiem

Salatka z makaronem

Salatka morską z tuńczykiem

curry i żółtym serem